

اعرف نفسك

إذا كنتم من المحسنين لهذه الحكمة
القديمة العديدة اليكم هذا الاختبار :
في بإمكانكم أن تتجس في هذه
الحياة :
أن مقدمة طويلة ليست ضرورية
هنا . يمكن أن نقول لكم انه من أجل
التي هي من هذه الحياة توجد ميزة معينة
التي اهتمت من غيرها . . . وهذا
الاختبار لن يصف لك هذه الميزة . .
وتلكه ستجس لأن تعرف اذا كنت
ممكنه لا . . .

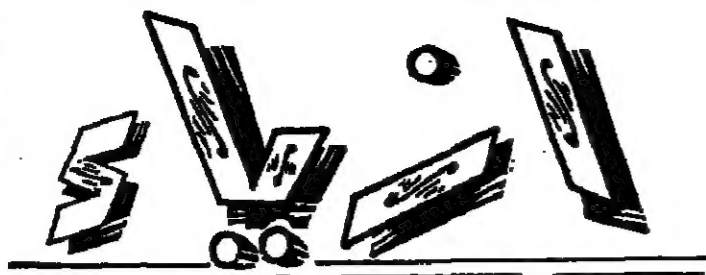
ليس هناك وقت محدد لهذا
الاختبار :
الاجاب :
طريق التجس في حياة الانسان
قوته بنفسه فاذا لم يكن بإمكانه
تتبع تفكيره . . . وإذا لم تكن
واحدة فيما تقوله . . . وفي عائلتك
الاخرين . . . فلن يتجس بك احد .
ايضا ستستفيد الثقة في نفسك
وبالتالي تصبح متجس في تفكير
همسرا . . . ولن تعرف مطلقا التجس



اختیار ۶ : داخل الهدف - خارج الهدف
اختیار ۷ : داخل الهدف - خارج الهدف
اختیار ۸ : داخل الهدف - خارج الهدف
اختیار ۹ : داخل الهدف - خارج الهدف
اختیار ۱۰ : داخل الهدف - خارج الهدف

الطبيقي .

وفي هذا الاختيار ، اذا تمكنا
صياغة مركز أي دائرة مرة واحدة
فقط ، فسنحصل على : مستطيل
ونخرج ما حدث للصفحة المضيئة
ولكن اذا أصبحت الهدف مرة
أكثر - - - - - من النقص - محالون -
يعني أنك داسم عن جنادة في الأ
لأنه لكي تصيب الهدف - بجها
أنا فتحت عينك . . . وهذا منه
لست موشعاً للثقة .



الكاريه والصرفان

من موضة الكاريه - أي الريبات - التي انتشرت في القسطنطينية عداست تفضل مكانا بارزا في آخر صرخات الأزياء، لهذا الشتاء .

ليك بعض الشغل لارتداء الكاريه .

أولا - عل شكل قطنين - يكون الجاكيت مفصلا بالفلور - بينما تأخذ لتتوردة شكل الودب - وبالعكس هذا كان الجاكيت مفصلا بالودب تكون لتتوردة مفصلا بالفلور -

ثانيا - يمكنك ارتداء - بولويو -

فلور القطن عل أن يكون ذا مريجات تختلف اختلافا كبيرا في الحجم عن القطن ، ويشتد التقارب في الألوان

في هذه الحالة -

ثالثا : يمكنك ان تخبرني الجيوب
والقيبات وان تبطني الجاكيت ايضا
بالعاشق الكاريزي -
رابعا : الثياب يمكنهم اولداه
يدلة كلمة من الكاريزي مؤلفة من
التيخلون والجاكيت والقميص كذلك -
هناك نقطة هامة يجب ان نتعربها
اهتمامك وهي ان الكاريزي يهزرك اكثر
مضلا مما انت عليه . لكن لا تخافي
والعاشق الاول كان سادس في الصف
والثاني رتبته الكاريزي المرحه لم يهزرك
والفصله

اثناء فترة الحمل الاول

تليسين ثوبا قفصا او حزاما
قفصا - وتجنبي مشدات
الجوارب مطلقا
تأولي من الاطعمة الخضروات
واللحوم المحتوية على بروتينات
عالية - وقللي من تناول المواد
الكربوهيدراتية واكثري من
تناول الفواكه الطازجة والحليب
معدل 3 لترات يوميا

لا تسافري أو تقومي بـ:
طويلة بالسيارة ، مسافات
من ٢٠٠ كيلومتر وان لـ
مثل هذه الرحلة فيجب
تستريحى لمدة ساعتين أو
كل حوالي ١٥٠ كيلومتر
المنزل هو افضل مكان
للمرأة الحامل ولا داع
للزيارات الكثيرة ولكن
يعنى ان تجعلى نفسك
البيت

تناولي كثيرا من اللحم يوميا
• بالإضافة الى بيضة واحدة
• وكثيري من السكك والكبد
• وقللي من ملح الطعام فسي
• مأكولاتك وتنتمي عنه كليا في
الشهر الاخيرة
• (البيضة هناك المادي وحافظي
عاجلا فقمك لانها مقلية

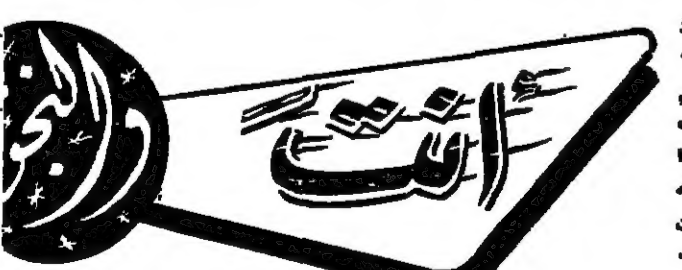
هذا العصر يسمى عصر السرعة والاختزال الذي تختصر فيه المعلومات والوقت كاختصار الاطعمة في حبوب صغيرة ..

هي القيتانيات ، وهذا العلم في الجانب ذلك عصر العلم والمعرف حيث يتوجب على المرء ان يكون ملها بانثله كثيرة وامور هامة لا داعي لمرجعية الاخصائيين في كل صغيرة وكبيرة ، وحتى نوفر على الام - لاول مرة - اوالعالم مراجعة الطبيب للاستفسارات البسيطة فاننا نورد في هذا المقال قائمة بما يجب وما لا يجب اتباعه خلال فترة الحمل . خاصة الحمل الاول :

ان فترة الحمل دقيقة وممتعة
لن تحسن اتباع الارشادات
والتعاليم الصحية • وهي فترة
البسي من الملابس المعتد
بحزام حتى يمر على الحمل
اربعة اشهر ونصف وحينئذ

ابنك والخوف

باختلاف العمر . ولا تدل أبداً على شيء . يثبت على القلق طفلان عادة يرى في والديه (كعالم) طفلان عتاة في رؤيتهم . فلذا كان والدهم حليفاً مثلاً ، وشاهد رجلاً ذكاً لينة كثة ترتب من أكله شيء . غير موجودة عند الكواكب . وكذلك الحالة إذا امرأة طاعنة في السن أو دياراً ذو الشباب أو شيوخاً . فيخرج تلك الجماعة من هذه الأشكال التي لم يعتد عليها . وهذا دليل على نفع تلك الجماعة بوالديه . ويستمر للجنس البشرى الحياة بسلام على توالي الأجيال والسنين عندما يستطيع الطفل أن يميز الفرق بين شخص وآخر . لكنه في حاجة إلى رعاية



برج الحمل : ٢٠ آذار - ١٩ نيسان :
 قهر او انتقال يكشف لك الاقامه جديده تشهد موته
 برج الثور : ٢٠ نيسان - ٢٠ ايار
 ورمك العاطفي يتطور بشكل يوحى بالتقاول ويجعل الاخرين يحدو
 عليه

برج الجوزاء : ٢١ ايار - ٢٠ حزيران
 الفترة مناسبة لعيد عاطفية هادئة بعيدة عن الحماة والشاغل
 برج السرطان : ٢١ حزيران - ٢٢ تموز
 علاقات عاطفية تتطور الى علاقة جدية وتحقق امالك
 برج الاسد : ٢٢ تموز - ٢٢ آب
 لا ترحب بحدوث كل شيء يستحيل بوضعك من واقعا
 برج العنزة : ٢٣ آب - ٢٢ ايلول
 لا تتخذ قرارا حاسما قبل ان تفكر فيه مليا
 برج الميزان : ٢٣ ايلول - ٢٢ تشرين اول
 مهما باقت في العذر فستقبل هناك مفاجات - واجه المتاعب
 برج العقرب : ٢٣ تشرين اول - ٢١ تشرين ثاني
 اشتباك اليمومة قد تشكك عن قضاياك الشخصية وتسيء اليك
 برج القوس : ٢٢ تشرين ثاني - ٢١ كانون اول
 لا تدع النجاح ينسبك بعرض المشاكل التي لا تزال عالقة
 برج الجدي : ٢٢ كانون اول - ٢٠ كانون ثاني
 لا تكف بالسهولة كوسيلة لحل مشاكلك المالية خاصة اذا كنت
 برج الدلو : ٢١ كانون ثاني - ١٨ شباط
 غيره او سوء فقامم قد يشك فيك سوء علاقاتك
 برج الحوت : ١٩ شباط - ١٩ آذار
 اللبوة تجلب تعاون وخلاص للآخرين بينما فاستوك تترك

♦ - المدني : على كل غلطة
يلبي بوضه -
● عبد الرحمن عيسى الحاج -
مدرسة فورث عمال - التامة -

وقد فاز بالقرعة التعليق الثالث .
تهانينا للصديق عبد الرحمن ،
وستقوم بإرسال الهدية له ، أما
الاصلاء الآخرين فنتنى لهم حظا وافر

٦ سنوات المتخلفة الحكومة
 دأب وزارة الشؤون الاجتماعية-
 مؤخرًا بمدينة العمل بامباريه .
 وتجربة جديدة قلصت بها عدد
 الروادى هناك .. وهي القيام
 الام للأطفال نزلًا - مؤسسة رعاية
 الاحداث .. لتعويض الصغار المتخلفين
 عن فقد الحضانة والوالد العائلي .
 x x x
 اكتشف اقليمًا مرميون حالة
 وهو وجود جنين في بطن طفل
 ثلاث سنوات والتفسير الطبي لهذا
 يؤكد أن واداة الطفل الرزق خرج
 في الاخرى - واكتسل نمو البويضة
 الخارجة واصبحت جنينًا خرج
 البعده وظلت البويضة الاخرى
 في بطنه .

اعط اجمل تعليق واذبح جائزة كتاب
 ارسل التعليق الى : «اجمل تعليق»
 ص:ب - ٤٧٨ - القدس



حركة تحرير الرجل النحيف

- حركة تحرير - جديدة اعلن عن
 نفسها في الولايات المتحدة .. انها
 حركة تحرير - الرجل التحيف -
 يتبعها الشاب باردي غولشميت
 ١٨٠ سم ٥٢ كغم -
 يدعي باردي أن السعاية للرئيس
 تفوق البنية القبول للسلطات افرت
 سمعة الرجل التحيف .. وهو
 يضيف : - ثم اني شخصا لا اكد
 اجد نايبا لاثامتي ونسخر احيانا الى
 شرء، بتأخيلي من مكلات السليبات - ا
 وشعار باردي : - التحيف هو جيل
 - على انزاع شاعر الزواج - الاسود
 هو جيل -
 ولربما مما ذكر ان هذا الطالب
 الجامعي قد تسلم عروضا من اصحاب
 اكبر دور للزنا، في الولايات المتحدة
 واهم علم العروض هو طلاق
 اسمه له دور فزاء، جديدة خلسة
 بشباب انشاء حركته .. مقابل الاف
 الدولارات -
 الاوقات الغضرة -
 خلال اسبوع اعد ٢٢ اقف شاب

نَحْضَةُ مَعَ :

فنان موهوب
يتزعرع في سوق النحاس

جير محمد حمدان كان يختلف عن جميع زملائه في مدرسة عكا الابتدائية .. كان يهرب منها ليقتبس نهاره في مولات نفث التحاسن في السوق يقوم على خدمة اصحابها ويراقب حركات ايديهم .. وفتح المعلمون والاهل الامل منه .. واعتبره - التحاسون - اذعي يجب عليه ان ينضمهم .. ولم يعلم احد انه خذلان في دمه .. يجرى واد الفن .. يتظاهر بغمسة التحاسين بينما هو في الواقع .. يرق سر الهمة .. ويربح الطفل في الرسم والتصنع وتال رسومه ولوحاته اعجاب الجميع .. ويظهر جير رغم سنواته القليلة جدا .. رساما ونصفا ممتازا ..

جير محمد حمدان

الساعة لإكمال تعليمه ، فالتجربة
شحيحة - ٢٠٠ ليرة من البلدية
ووزارة الشؤون ١٠٠
ويرضى أن يبيع لوحاته التأسيسية
الرائقة ، رغم العروض المثرية :
أنها بداية طريقى .. أنها حياتى ..
ومن يبيع حياته ١٢ -

ويجوز - ١٨ سنة - يدرس الآن في معهد - إيتي - للتحق والرسم في كلليب ، وهو يقول - قررت اكمال تعليمي لادرس الاقلامين .. وانا اليوم بجاهد في كل مساعلة وعون عادي ! - وهو يستر باصابه الوجوه التي تذك انه بدأ يفتح ويقتطع النحاس وهو في السابعة من عمره .. اما لوحاته الرائعة فهي مزجزة ببعض

طريقه کار با این دستگاه

والذي على علاقة بـ سيملة •
والذي تصفوه سنا انها جميلة
ومثقة تهتم به اشد اهتمام •
وهو في مركز مرموق • ومرة

استرقت السمح الى حديث
تلفوني مع عشيقتي • ما هو
الحل • هل اخبر امي ؟

م - القديس

التجسس محرم لاسباب اجتماعية
واخلاقية .. انه يكشف اسرار الناس،
الامر الذي يؤدي الى انتشارها
وفسهم وتعقيد امورهم • في ابقاء
سر ايديك محظوظا .. فرصة لك
للزواج • ومزايا والدتك ستقلب
على اقله اثنائه الطروش •

مركز والدك يشع الى ذكائه
وحلله وثقافته العالية .. حاولي
بكل جاد ولطف وذكاء ان تعلميه عن
اكتشافك سره •

● نكتة طيبة شق - يها
♦ - احنا قلنا لك بدنا



تكتشف في المصروف مشـ
تكتشف في اللبوس - •

● نكتة طيبة حسن - شفا عمرو



الليمون
في خدمة جمالك

الليمونة : هذه الحبة الصغيرة الذهبية اللون التي يمتلكها جوفها بعضير ساحر ٠٠ يحول

لا تهملها أو تستهني بها ..
 رغم سرعها البسيط مغولها
 اكيد .. والليهمون .. له علة
 استعمالات مفيدة الى جانب
 فوائده التزلية .. والملاحية
 التي تضفي على اصناف الطعام
 نكهة طيبة .

قصصنا ماسك قابض لوجهك بعزيج
عصر الليون مع صفار البيض اذا
كالت بشرى حذرية .. نو ماسك
يقضي ملائق زباني - دوب - تموت
الوجه .. صفارا اليه عصر ليون
وعصر نصف برقالة فن وجدت
لثعوبة يدريك
كباب يدريك وتموتها وعظم

الجلبرين .. الكولونيا
لتشيط كيدك
تتولي لمة ١٥ يوما عصر ليون
دافى كل صباح

لثعوبة شعرك
دافى عصر الليون لا التفت
بعد غله بالشمبو!

امراض القلب والشرايين وضغط الدم
سببها الشراهة

في الجسم ، الشيء الذي يؤدي اليه
 تصلب الشرايين وعاقلة حركة الدم
 فيها .. وما في ذلك من امراض القلب
 المختلفة ، ولتجنب الوصول الى تلك
 تلك الحالات الرهيبة ، ينصح اطباء
 جميع الأشخاص الذين تغلبوا من
 القصب ، ان يقضوا انفسهم للتقليل
 غذائي خاص ، خال من الدهون والبروتين
 وان يهتموا بالحركة المنتظمة كالتمشي
 والشي والحركات الرياضية غير العنيفة
 يوسعهم مثلا مواصلة الحركة التقييد
 بعد القضاء بدل الاستسلام للنوم

هل بلغت الخمسين من العمر ؟ ان
 فاطم يقول لك ، تهمل قبل الجلوس
 الى مائدة طعام شهية ، فالاقبال على
 الطعام اللذيذ لن هم في مثل سنك ،
 لا يقود الا الى التمدد -
 فالتراحة - حسب تقديرات الاطباء
 - لن هم فوق الخمسين هم السبب
 في معظم امراض القلب والشرايين
 وضغط الدم ، ذلك ان جسم الانسان
 عند بلوغه هذه السن تتقلص نسبة
 معين من امتصاص الكمية الغذائية
 التي كان يحتاجها ايام شبابه ، والقي
 يحصل ، وفي حال استمرار المرء على
 الاقبال على الطعام بنفس التسمية
 السابقة ، هو تزامم الواد الدهنية

بلون عنوان :

- عندما يبلد الزوج فـ
- فصص الطعام تلبدا نهاية شهر
- العسل .
- عندما يخسر الرجل كـ
- امواله يخسر ايضا المرأة التـ
- ربحها .

كاد ان يتعادل شباب عكا مع بيالك المباراة بين الاخوة حيفا وبرديس حنه لم تجر

فريق شباب عكا الذي تبارى مع فريق مكابي بيالك كاد ان يتعادل في المباراة ولكن خسرها بنسبة ضئيلة من الاهداف ٢ : ١ ونتيجة لهذه المباراة هبط فريق شباب عكا الى المرتبة الثالثة عشرة .

الاخوة حيفا
اما فريق هبوعيل الاخوة حيفا الذي كان من المقرر ان يجري المباراة على ارض ملعب بيتج تكفا مع فريق برديس حنه ، فلما قربت المباراة على فريق برديس حنه من قبل الاتحاد العام باجراء المباراة خارج ملعبه وعلى بعد خمسين كيلو مترا من الملعب على الاقل فان فريق برديس حنه لم يدع الفرصة الى اللعب للمحافظة على الترتيب مما حل



حكم المباراة على عدم اجرا اللعب . وسببت الاتحاد العام في مصرعهم المباراة وقد يقصر فريق برديس حنه للمباراة اديارا ، ليؤخر الاخوة حيفا . وفيما يلي وصف مباراة شباب عكا - بيالك كما نقله لنا الاخ زهير يهلول :

في المباراة التي جرت في كريات بيالك استطاع فريق مكابي بيالك التغلب على شباب عكا باساليب مقابل اصابة واحدة . وقد خاض الفريقان مباراة متكافئة خلال التسعين دقيقة ، ولولا الهدف اليكر الذي سجله هجوم الخصم في الدقيقة الثامنة من اثناء المباراة لانت هزيمة شباب عكا . ولكن بالرغم من التفلف فليكر فقد قام الهجوم المكسي بعبء هجمات كانت في النصف الاول للمباراة غائبة حيث حصلت تسديدة للامام في الدقيقة الـ ٢٥ وخمس فترات راحة . وفي الشوط الثاني استأنف اللعب



فانرا وتنتع الخصم بدم تقدير حارس مرمر عكا ليبل رضوان كركه ضحية لتتبع النتيجة الى اصابته للاثني تصالح فريق بيالك . وهنا احدث مدرب شباب عكا تفكيراً لتكتيكاً عندما ازل قلب خطاه جريس شوي في خط الهجوم ، وفلا بت هذا اللاعب الحيوية في خط الهجوم . وفي الدقيقة الـ ٧٩ سجل اللاعب وليد رضوان من البقية البيضاء هدف الشرف لفريقه . وفي الدقائق الاخيرة اتحت فرصتان جيدتان لهجوم شباب عكا من اجل معادلة النتيجة ، ولكن الهجوم اساء استقلالهما وانتهت المباراة بفوز فريق مكابي كريات بيالك على فريق شباب عكا باساليب مقابل اصابة واحدة .

الدرجة الثانية - المنطقة الشمالية - أ
الترتيب والفرق
١ - كريات ٥٦
٢ - هبوعيل تل حنان
٣ - بيت شان
٤ - بيتار كريات شمونه
٥ - كفا روين
٦ - مكابي بيالك
٧ - هبوعيل حصوص
٨ - بيتار خبريا
٩ - الكيم
١٠ - الناصرة عيت
١١ - بيتار تل حنان
١٢ - كريات حليم
١٣ - شباب عكا
١٤ - بيتار حصوص
١٥ - بيتار عكا
١٦ - كريات يام



٨٠٠٠ شخص شاهدوا مباريات الجنس الناعم والحشن في الناصرة فوز شباب الناصرة على نخليل وصعوده الى المرتبة العاشرة

لم تشهد ملاعب الناصرة استعراضات كالتى شهدتها يوم السبت الماضي على الملعب البلدي ٨٠٠٠ من النظارة بينهم اكثر من ٤٠٠ طالب من طالبات المدارس في الناصرة اللواتي شاهدن لاول مرة مباريات كرة القدم . وقد جرت المباراة فريدمن نوعها ٨٠٠٠ مباراة الجنس اللطيف ، بحر كاتهن وخفتن على ارض الملعب ، وبلعبة كرة القدم بالذات . فريق فتيات رمان غان مع فريق فتيات ميلان ، المباراة التي سبقت مباراة شباب الناصرة مع نخليل وانتهت بفوز فتيات رمان غان بأربعة اهداف مقابل ثلاثة اهداف ، وانتاز جميع اعضاء الفريقين في الفتيات بدون استثناء .

١٠ - هبوعيل النشود	١٩ - هبوعيل حلون	٢٠ - مكابي شعرايم	٢١ - هبوعيل يهودا	٢٢ - رمان غان	٢٣ - هبوعيل الرملة	٢٤ - بيتار خبريا	٢٥ - هبوعيل حصوص	٢٦ - بيتار كريات يام	٢٧ - كريات اوتو
--------------------	------------------	-------------------	-------------------	---------------	--------------------	------------------	------------------	----------------------	-----------------

الرياضة في الضفة

أبناء مباريات كرة القدم ، الطائرة ، السلة وكرة اليد

من عبد النعم البوز - نابلس
تغلبت مدرسة بنات الخليل الثانوية على مدرسة دار الطفل العربي بالقدس في كرة الطائرة ، السلة وكرة اليد . وكانت المباراة التي جرت في نادي الاتحاد الرياضي بنابلس .

فوز جمعية الشبان المسيحية بالقدس على نادي الاتحاد الرياضي بنابلس

من احمد فارس - نابلس
كان يوم الجمعة الماضي هو موعد اللقاء الذي بكرة القدم بين فريقين من القدس ، نادي الاتحاد الرياضي ونادي الشبان المسيحية . وكانت المباراة التي جرت في نادي الاتحاد الرياضي بنابلس .

من احمد فارس - نابلس
كان يوم الجمعة الماضي هو موعد اللقاء الذي بكرة القدم بين فريقين من القدس ، نادي الاتحاد الرياضي ونادي الشبان المسيحية . وكانت المباراة التي جرت في نادي الاتحاد الرياضي بنابلس .

فوز شباب الناصرة على نخليل وصعوده الى المرتبة العاشرة

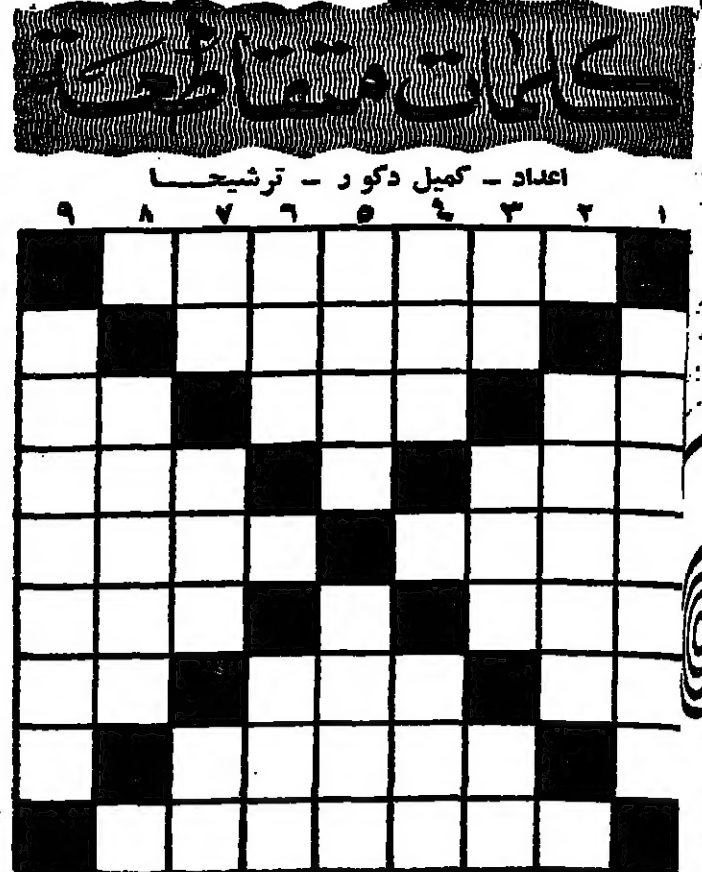
من احمد فارس - نابلس
كان يوم الجمعة الماضي هو موعد اللقاء الذي بكرة القدم بين فريقين من القدس ، نادي الاتحاد الرياضي ونادي الشبان المسيحية . وكانت المباراة التي جرت في نادي الاتحاد الرياضي بنابلس .

فوز شباب الناصرة على نخليل وصعوده الى المرتبة العاشرة

من احمد فارس - نابلس
كان يوم الجمعة الماضي هو موعد اللقاء الذي بكرة القدم بين فريقين من القدس ، نادي الاتحاد الرياضي ونادي الشبان المسيحية . وكانت المباراة التي جرت في نادي الاتحاد الرياضي بنابلس .

فوز شباب الناصرة على نخليل وصعوده الى المرتبة العاشرة

من احمد فارس - نابلس
كان يوم الجمعة الماضي هو موعد اللقاء الذي بكرة القدم بين فريقين من القدس ، نادي الاتحاد الرياضي ونادي الشبان المسيحية . وكانت المباراة التي جرت في نادي الاتحاد الرياضي بنابلس .



الكلمات العمودية :
١ - احسن القارات
٢ - حارس
٣ - اداة جزم - نجح - للتوحيج
٤ - سق - آلة موسيقية شرقية
٥ - زهور - مرجع
٦ - مشير - جدها في ليل
٧ - اداة نصب - حكر - اداة تغيير
٨ - مخلوق لا يجيد الكلام
٩ - احد البثوك الاسرائيلية

الكلمات العمودية :
١ - فنون - دوما - حيز - حفل
٢ - صون تل - علمين - ه
٣ - اسبانيا - سونول - دد - نبي
٤ - صميم - يسك - اللد

مكواح رسات غان

حز مكابي يافا عن القمة

رت اول اس مباريات الاسبوع الثاني عشر على التوالي لفرق الدرجة ... ونتيجة لهذه المباريات قد صعد فريق مكواح رسات غان ولاول خلال النودي العالي الى المرتبة الاولى . بعد ان تصدك فريق مكابي

رد على تحليل - تممة

ب - بما انني ذكرت اسم الروبوسود ذاكين الذي اشر على هذا البحث - وهذا الروبوسود هو خير بدوسات الاميرالية الدولية ، فليس يوصي عند الترجمة ان يزيد او ينقص من حجم النص .

مواضيع نشرات الاخبار

١١٠٠ ، ١٣٠٠ ، ١٦٠٠ ، ١٩٠٠ ، ٢٢٠٠ ، ٢٥٠٠ ، ٢٨٠٠ ، ٣١٠٠ ، ٣٤٠٠ ، ٣٧٠٠ ، ٤٠٠٠ ، ٤٣٠٠ ، ٤٦٠٠ ، ٤٩٠٠ ، ٥٢٠٠ ، ٥٥٠٠ ، ٥٨٠٠ ، ٦١٠٠ ، ٦٤٠٠ ، ٦٧٠٠ ، ٧٠٠٠ ، ٧٣٠٠ ، ٧٦٠٠ ، ٧٩٠٠ ، ٨٢٠٠ ، ٨٥٠٠ ، ٨٨٠٠ ، ٩١٠٠ ، ٩٤٠٠ ، ٩٧٠٠ ، ١٠٠٠٠

الدرجة الاولى في المنطقة الشمالية

الترتيب والفرق
١ - هبوعيل الخضرية
٢ - مكابي حرسية
٣ - هبوعيل رمان غان
٤ - هبوعيل عكا
٥ - غيرات حركل
٦ - هبوعيل كريات شمونه
٧ - هبوعيل نهرية
٨ - مجدل حيمق
٩ - هبوعيل حرسية
١٠ - شباب الناصرة
١١ - حصوص يهودا
١٢ - هبوعيل حصوص
١٣ - بيتار تانبا
١٤ - هبوعيل خبريا

الدرجة الثانية في المنطقة الشمالية - أ

الترتيب والفرق
١ - كريات ٥٦
٢ - هبوعيل تل حنان
٣ - بيت شان
٤ - بيتار كريات شمونه
٥ - كفا روين
٦ - مكابي بيالك
٧ - هبوعيل حصوص
٨ - بيتار خبريا
٩ - الكيم
١٠ - الناصرة عيت
١١ - بيتار تل حنان
١٢ - كريات حليم
١٣ - شباب عكا
١٤ - بيتار حصوص
١٥ - بيتار عكا
١٦ - كريات يام

